２０１７年５月
ガン患者になった

げんじあきら

目次

誰でも私のようになり得る

６月15日２回目の退院

買い物に行った

19時30分ー５時

生活スケジュールが一変

○もう１度山に登りたい

シャワーしたいんだけど

私の道のりは長いのだろう

１００−７が言えなかった

○２０１７年４月**23**日の山行き

２０１７年４月23日だった。
いつものように、飯能から吾野で降りて、顔振り峠に向かった。１駅歩くことになる。東吾野まで尾根筋をずっと歩いてユガテ経由で14キロくらいである。
私は、電車が８時20分に着いて歩きはじめて、12時15分の東吾野発飯能行きに乗っていた。
約３時間45分歩いていることになる。
数年前から毎月１度欠かさずこの道を歩いた。
日曜にしているのは、クマが現れるらしいからだ。日曜はさすがに登山者が多くて、クマも出てこれないのだろう。
顔振り峠は、義経が頼朝に追われて東北に逃げる途中に通った急登の峠で、思わず顔を振った所であるらしい。
４月23日は、顔振り峠を登るのに、30分時間を多く費やした。
10歩歩いて立ち止って休んだ。
腰を下ろすことはないのだが、立ち止らないと苦しい。
おかしいと思うのだが、私は、１９４４年生まれの73歳なので、いつかは、高齢になって山登りはできなくなると思っているので、いよいよかもしれないと思いながら歩いた。
そして、顔振り峠から尾根筋に歩こうとしたのだが、今日はムリと誰かが言っている気がして、顔振り峠から少し歩いたところで、尾根筋の道を諦めて、下に降りて舗装道路に向かった。はじめてだった。
舗装道路もけっこう上下道があってタイヘンだった。
しかし、ユガテに達してごはんを食べて東吾野に下った。
４月23日は、山では桜が満開で、グッドな写真をたくさん撮ることができた。
ここがはじまりだった。

○２０１７年４月24日スーパーマーケット

４月23日山で苦しんだ翌日だった。いつもなのだが、スーパーマーケットに１週間分の食糧の買出しに向かった。

そして帰りだった。

10メートル歩いて１分休憩するという、おかしなことになってしまった。

小平のマンションの２階に住んでいるのだが、２階なのに、２階の踊り場でしばらく休まないと部屋に入れなかった。

さすがの私も、高齢になったから歩きにくくなったと思えなくなった。

○電車を乗り過ごす

私は、自宅が狭山市にある。

なのに小平のマンションに住んでいるのは、10年前に、夫婦が別々に住みはじめたからだ。

私は次男のマンションに転がり込んだ。

２０１６年12月19日に、妻が亡くなってからは、毎週金曜日に自宅に帰ることにしていた。

４月28日金曜日、私は、どういうわけだか、電車を乗り過ごして次の駅で気がついた。そして、自宅まで遠くなったのだが、道端に座って休みながら、自宅に帰って、ずっと横になっていた。

もう自分の身体がおかしいと思った。

そして、５月４日金曜日の自宅に帰ることは、明日は行けないと次男に電話してもらった。自宅には長男が住んでいる。

５月５日、私は食事がつくれなくなって、次男がつくった。

次男は、私の今年の２月29日の誕生日に、小さい本格的な登山ザックをプレゼントしてくれた。それくらいに、私の元気を知っている。

それでもやっと５月８日に休みをとってくれて、病院を探して、朝一番に出かけることになった。

○今日で終わりかもしれない

２０１７年５月８日月曜日だった。

朝早く出かけないとずっと待つことになるからと次男が言うので、朝早くマンションを出ようとした。
私は運動靴が履けなかった。しゃがめなかったのか歩けないと思ったのだろうかわからない。サンダルを出して履いた。
途中のコンビニでサンドイッチを車で食べた。無性においしかった。
私は次男がどこに私を連れて行くのかわからなかった。
次男の会社の社長のお父さんがガンが治ったとこだと聞いているだけだった。
私は、大きな病院の玄関の階段を上がる時も休んだ。
そして受付をして待っているときに、もしかしたら今日で終わりかもしれないと思った。
私は次男に預金の暗証番号を伝えようと思った。

○顔面左がケイレンしたらしい

私は紹介もなくふらりと病院に来ているのだが、初診の女性の先生は私に少し質問したが、いきなり、看護師数人が車椅子に私を座らせてベッドに運んだ。
私の左顔面がケイレンしたのだそうだ。
私は自分で気がつかなかった。
いきなりどこかの大きな検査機械のところに連れて行かれた。頭脳の検査だったと思う。
結果がどうだったのか私はわからない。
女性の先生がどこかに急いで電話をしていた。
私は半分意識がないかのようだった。ボーっとしていた。

命の恩人

○ＩＣＵ

医者らしき２人の先生がアッという間にやってきた。

１００－７はいくらですかと私に聞いた。

私は応えられなかった。答えられもしなかった。

わかりませんか？

ええ

私は、車椅子でＩＣＵのベッドに運び込まれた。

すごい装置の部屋でますます今日で終るのだと思った。

私は１００－７をずっと考えていたのだが、考えられなかった。

２０１７年５月８日である。まだ初診から２時間くらいしか経っていなかった。

私はよく覚えていない。

大きな病院の全ての検査機械に行ったかのように思ってしまう。それほど検査したと思う。

私は検査の結果がわからないしわかっても１００－７が理解できない状態なのだ。

ずっと次男がついていてくれたのだが、ＩＣＵはそんなところではないので次男は帰った。

私は心細くてなみだが溢れた。

しかし、ＩＣＵにいるということは、今日私が終わることはないのではないかと思った。

２人の先生は、私には必死に見えた。

わけのわからない得体も知れない私の命を繋げるために、あらゆることをやってくれているように思えた。

２０１７年５月９日火曜日だった。

終日私は、あらゆる検査機械に案内された。

私には、２人の先生が、私がなぜ死にそうになっているのか、時間単位で探

してくれているように見えた。
私は、もう覚悟はできているのにである。

○血液内科
５月10日私はＩＣＵから血液内科の病棟に移った。
悪性リンパ腫という病気でガンです。
ＳＴ４です。
抗がん剤治療を今日からはじめます。
詳しい説明があった。
２人の先生がどのようにしてわけのわからない私の病気を探り当てたのかわからない。
私は、５月８日に、今日で終るのではないかと思った。
しかし、いずれにしても、時間が少し延長されただけかもしれないと正直感じた。
即刻、抗がん剤が次々に間髪を入れずといったすごい勢いで入ってきた。
多分、時間での戦いなんだと思った。
私は医者でも看護師でもないので、ただ、わけのわからない得体の知れない私のために２人の先生と多くの看護師のみなさんが動いていることに、ただ感謝するしかなかった。

○スーパーマーケットに買い物に来ている
今日は、２０１７年５月28日である。
５月27日に、一旦退院した。
私の希望ではないが、私は２人の息子に話しもあって、ちょうどよかった。
今晩は、すき焼きをにしようと思って買い物に来た。
４月24日に、同じスーパーマーケットに買い物に来て、10メートル歩いて１分休むというおかしなことになっていた。
５月28日は、ゆっくり歩いてはいるが、なにもない。
休むこともない。
私はマスクこそしてはいるが、誰が見てもガン患者とは気がつかない。

しかもＳＴ４だ。
私は、はっきり言って意味がわからない。
どうして今何もなく買い物に来ているのか理解ができない。
私が病院に伺ったのは５月８日で今日は５月28日である。
意味がわからない。
私が勝手に病院を抜け出したわけではない。

○私は６月１日に再入院する

５月28日は、私はすごい元気なのだが、ガンが消えたわけではないので、早く病院に帰って治療を続けないといけない。
６月１日に、次の治療のために入院する。
多分、私のガンは進行が早いのだろう。まだ生き残っているガンが毎日多くなっているのだろう。
５月28日は私は元気で、誰もガン患者とは思えないだろう。
しかし、私は楽観してはいない。まだずっと戦いは続くのだろうと思っている。

ピンピンコロリ

○元気だから対応が遅くなってしまう

今日は５月28日。自宅２日目である。４時に起きて大量のウンチをして体重を計測して、ビーフジャーキーを食べて、６時に近所を散歩した。１キロ歩いた。少し疲れ感があった。コンビニでパンを買った。８時の朝食にするつもりなのだ。

そして10時になって私は今日のお昼と夕食の買い物にスーパーマーケットに来て、現在帰りである。

スーパーマーケットには朝行くように。なにせ白血球が少ない状態なので、風邪をもらったらガンの治療どころではなくなる。毎日行かないで２日分買ってきて。

看護師のみなさんは、私が一旦退院することに心配をしていた。

私が自分で食事をつくることを知っているからだ。

私は忠告どおり朝の10時に、今日のお昼と明日のお昼と、今晩のすき焼きと明日の夕食のイギリス風卵料理をする材料を買っていて、その帰りである。

私は、歩きながら考えていた。

病院のベッドでも考えていた。

私のような、元気老人がいきなり動けなくなって、ホントにピンコロになってしまう人が多いのではないかと思った。

私の場合などは典型である。

元気だから対応が遅くなる。

元気老人だけではなくて、60歳の方も働き盛りの方も、学生だってピンコロになる可能性がある。

私のようなことは、誰にでも起こりえることだから、ベッドにいる時から、少しでも参考になることを残しておこうと思っていた。

○失礼なピンコロ

私は、ピンピンコロリという言葉を使ったことがない。なにか違和感があっ

たのだが、自分とは違う次元の言葉と思っていた。
しかし、自分がガン患者としてベッドに横になってみると、なんと失礼な言葉と思ってしまう。
豹だけではないが、生き物のコンセプトは、みんな同じで、生き残ることにある。
パンダが出産に失敗したからといって自ら生き残ることを放棄することなどない。
人間だけがおかしい。
豹にピンコロの話しをしたら、人間は生き物ではないのかと聞かれるだろう。
経済的な理由で、ピンコロが望ましいと言ったりする。
２人の先生や看護師のみなさんが必死でやっていることを見てきているので、ピンコロという言葉に残念な気持ちを抑えられない。

急にガンになったわけではないと思う

○生活習慣病

10年ちょっと前に、私たち夫婦は別々に暮すこと選択した。
会社とわたしはどっちが大事なの。
仕事人間だった。
ストレスは少なくなったのだが、食事が貧しくなった。私の場合である。
すでに定年になっていて、顧問の仕事をさせていただいていたのだが、いつかは収入も途絶えることになる。
年金だけの生活になってしまう。
そんな先行きがどうしても、質素な食事になってしまう。
私の多くの書の中には、世界中で明日食べることに苦慮している人がたくさんいるから私も質素に暮らすと書いている。
ウソではない。
しかし、お昼にラーメンを３６５日食べていたらまずい。
私が自分で朝昼晩の食事をつくっていて、自信もあるのだが、栄養上偏っていたのだと思う。
昨日５月27日に一旦退院したのだが、次男は、前日の夜、私の部屋を徹夜で掃除したと言っていた。
こんな埃だらけの部屋に10年もいたら誰でもガンになると怒っていた。
枕が新しくなっていた。
２人でニトリに行ってフトンも買え替えた。
ついでに、食器を次男と完全に分けるために買った。
ガンは生活習慣病だと思っている。
自分でよく知っていたのに、何も注意しなかったのはなんだろうか。
数年前の私の書の『ガンになったことがない』を読んでいただけるとわかる。
私は、自信過剰なのだ。
こんな人は危ない。

○『ガンになったことがない』

私は、自分がガンになってみて、『ガンになったことがない』に書いたことがおかしかったと思わない。

『ガンになったことがない』に書いてあるとおりになったのだと思う。

私は、確かにガンになったことがなかったのだ。

ガンは一体何なのかも書いているのだが、それでいいと思っている。

ただ１つ残念なのは、私の自信過剰である。

いかにも、オレにはガンは避けて通ると言わんばかりなのだ。

恥ずかしくて穴があったら入りたい。

私は完全に打ちのめされた。

まだ私が生き残れるかどうかわからない。

病院で私がやっていること

○患者なのだが私もチームの１員

先生２人と看護師のみなさんと、私は患者なのだが、私を治すチームの１員のつもりでいる。
私の治療がはじまると、抗ガン剤が点滴と一緒に大量に入ってきて、私は、おしっこに忙しくなる。
ガンガン壊してガンガン出してください。
私は、おしっこの度に尿量を記録している。
利尿剤を使わないと間に合わないほど身体に水が溢れる。
１日５リットルの日もある。
夜中もおしっこが多いので、起きておしっこをして尿量を記入する。
私は、夜中も起きるので、19時30分になったら消灯してしまう。病院の消灯は21時なのだが。
長い時間のなかで何度も眠ることにしている。
これは、私にしかできないことだし。私も私を治すチームの１員のようなつもりでやる気がある。
私は驚いたのだが、毎日体重が１キロ減少していくことだった。
抗ガン剤はガンだけを攻撃するのではなくて、正常な細胞も攻撃するので、当然のことながら体重が減ることになる。
私は従兄弟に頼んでタンパク食品を即刻送ってもらった。私のイメージでは、ビーフジャーキーとチーズの効果が大きかった。現在は、今朝４時の体重は53．７になっている。体重は、53．５程度に落ち着いている。
52．５になった時はこのまま49キロになるのではないかと怖かった。
先生は、いっぱい食べてください。病院内を歩いてくださいだった。
体重のことも、私を治すチームの１員のようなつもりでやる気がある。
５月26日一旦帰宅の前日、はじめてシャワーを許された。
私は、自分の脚が細くなっていることにすぐに気がついた。
20日ベッドにいたので鍛えられていないのだろう。

私は、毎日廊下50メートルを３往復を１日６回やっていたのだが、あらためてこういうことだったのかと思ってしまった。
私の体力がなくなると、私は、私を治すチームの１員にはなれない。
私はもっと歩かないといけないことを知った。シャワーをして知った。
今日は５月28日だが、スーパーマーケットに行って帰りなのだが、朝１キロ散歩して、今もスーパーマーケットまで往復で１キロ歩いている。
これも、私を治すチームの１員の仕事だと思っている。
もし私の体力が衰えたら私はその時点で終るのだろう。
私は脚を太くしないといけないのだがすごく難しそうである。地道に歩くしかないのだろう。
私は、５月８日に病院にお世話になって以来、病院食を間食している。食欲が凄く旺盛なのだ。
これも、私を治すチームの１員の仕事なのだと思っている。

誰でも私のようになり得る

今日は５月28日である。

スーパーマーケットから帰ってきた。

今日と明日のお昼は、皿うどんを買った。

11時50分になったら調理して食べる。

病院は、朝ごはんが８時でお昼ごはんが12時で晩ごはんが18時である。

その時間のとおりにごはんを食べようとしている。

今晩は、すき焼きを調理する。

私は18時に食べて、次男のために鍋にセットしておこうと思う。

私は、８時にはベッドに入るので、味付けがどうか聞くこともできないだろう。

６月１日には私は病院に入院してガンの治療を急ぐことになっている。

私がどうなるか定かではない。

私は、自分の貴重な経験を、たとえ１人の人であっても伝えるべきだとこれを書いている。

私は、明日からのことは書けないから、もうこれでおしまいにする。

６月**15**日２回目の退院

買い物に行った

６月15日２回目の一時退院である。

買い物に行った。

病院にいる時から考えていた。今日はうなぎにしよう。

私は自分の食事は自分でつくっているのだが、うなぎなどやったことがない。

メニューが固定している。

同じものばかり食べている。しかも質素なメニューになっている。

いきなり考えを変えないといけない。

今日はうなぎにしようと思っていて、買ってきた。高い。

簡単ぬか漬けを買ってきた。キュウリを漬けた。

キムチも漬けた。キュウリしか買ってこなかったのでキュウリだ。

昨日のテレビが言っていたが。長野県の男性も女性も日本でもっとも長寿であるらしい。

私は、長野は味噌や漬物の天国のようなところで、乳酸菌をたくさん食べているからだと、以前から思っていた。

私のまずいところなのだが、そしたら自分が実行すればいいのに、自分にはガンなど素通りしてしまうという思い上がりがあって、自分はやらないのだ。

しかし、今度はそうはいかない。私は、ぬか漬けもキムチもはじめた。今晩から、ぬけ漬けかキムチ漬けを必ず食べることにする。

言葉ではない。やっている。

ただ、私は、６月22日から３回目の入院治療をすることになっている。次男がキムチとぬか漬けをダメにしないか心配である。すっぱく言っておかないといけない。

私は、４月24日に、今日と同じスーパーマーケットに買い物に行って、10メートル歩いて１分休むというおかしなことになっていて、前回の一時退院

時には、同じスーパーマケットにすき焼きの材料を買いに行った。ゆっくり歩いていたが、10メートル歩いて１分休むことなどなくなっていた。そして今日は６月15日である。２回目の一時退院である。
バンバン歩いているわけではないが、病人らしい歩きではないことは確かである。
風貌が、デカマスクにおかしな帽子である。
息子が今日に備えて買っていたらしい。
いとこがバンダナを送ってくれているのだが、帽子の方がいいとちょこっと言っていた。
けっこううれしい。
仕事が忙しくて今日も半休で病院まで迎えにきていて機嫌がワルイのだが、一方で、抗がん剤の副作用で毛髪が大多数なくなったことに対処してくれている。
フツウのように歩いているのだが、風貌がガン患者であることは仕方がない。
部屋を出るときはマスクをしてください。
何度も看護師に言われている。
私は、牛乳と野菜ジュース１リットルも買った。
常に牛乳と野菜ジュースは私が切らさないように買いに行くことにした。
しかし、私は６月22日に３回目の治療のために入院する。
息子にすっぱく言うがやってくれるか心配である。
けっこう両手に重い買い物になった。
しっかりでもないが、フツウに歩けている。途中で休むことなどは考えられない。
私は、ますます元気になってきている。

19時30分ー５時

生活スケジュールが一変

私は、５時に起きて電気カミソリでヒゲを剃って髪を整えて顔を洗う。髪は整えるほどない。

そして１回目の食事をする。

バナナがあればバナナを食べてベビーチーズを食べてビーフジャーキーを食べておかしを食べる。主としてタンパクの補給である。

ビーフジャーキーは高いでしょ？

昨日こう言われてちくわにした。次の入院時にはちくわを大量に持ち込むが、痛まないか心配である。

ビーフジャーキーはスゴイ。乾燥しているから細菌に強い。魚の干してビーフジャーキーのように食べられて安いのはないのだろうか。

そして大量のウンチをすることが日課になった。

５時30分になったら、病院の廊下を歩くことにしている。

８時に朝ごはんで、また歩く。

12時に昼食でまた歩く。

私は私を治すチームの１員だかからすごく忙しいのだが、１時退院前の１週間はヒマになる。ヒマになるのではなく休息してほしいのだろう。

18時に夕食である。

そして19時30分にはベッドに横になる。

火曜日のサッカーのイラク戦のテレビは９時からなので、見ないで寝た。

こんなことははじめてである。

私の命の問題なのであたりまえかもしれない。

消灯は21時なのだが、毎日担当看護師に起こしてもらって決められたクスリを飲んでいる。

今日は６月15日で退院してこれを書いている。

もしかして、この生活スケジュールはずっとこうかもしれないと思ってしまう。

もちろん、退院中もこの生活スケジュールである。

○もう１度山に登りたい
階段で転んだらどうするんですか
あっちの階段は職員用で誰もいないことが多いから倒れても誰もみつけられないからダメです。
私の意欲は、もう１度山に登りたいに一気に変わった。６月５日である。
看護師にダメと言われるのだが抵抗する。
先生は、院内フリーにしてくれた。
知ってるけど階段はダメです。
そもそも歩かないといけないと思ったのは、前回の一時退院の前日の５月27日にはじめてシャワーをしたときだった。
自分の姿を鏡で見て唖然とした。
脚が竹のようになっているのだ。
竹馬のようになっている。細い。
私は体重低下に悩んでいたのだが、これでは、いくら食べてもうんちになってしまう。
先生は歩いてくださいと言う。
少し歩き慣れて太腿を両手で回せなくなってくると、また自信過剰が出てくる。
もう１度山に登りたくなる。
そして階段である。
病院の階段は、確かに人が少ない。
もし倒れたら危ないことになる。
誰も助けに来てはくれない。
そもそも階段などはそういうものでもない。歩行の筋肉の鍛錬の場でもない。
先生に聞いてくれないか。先生もダメだったら階段には行かない。
そもそも１階の廊下を歩いていたら怪しまれる。守衛のおじさんに跡をつけられた。

ホントである。
そのワッカ見せればいいでしょ？
私だけではなくて全員手にワッカをしている。
じゃ〜倒れたら電話ください。
私は、それでも、１階から４階までしか登れない。
息が切れるのだ。
明らかに大腿筋が錆びている。
多分、下りと平坦な道だったら、14キロくらいは歩ける気がする。
こういう自信過剰さがダメなのだろう。
しかし、もし私が回復するとするならば、もう１度山に登れるようになること意外にはない気がしてきた。

シャワーしたいんだけど

今日はシャワーしたいんだけど。
免疫が落ちてるのにダメです。
だいたい看護師と私の関係は、お母さんとやんちゃ坊主のようになることが多い。
なぜだかわからない。
みんなが入るシャワーだから足の裏から細菌が入ることがある。白血球が少ないから危ない。
熱いタオルを持ってきて背中を拭いてくれる。
最近は、看護師さんの多くが私を知っていて、あの人は少々のことは平気らしいとわかってくれてやりやすくなった。
起きて。
ビックリして飛び起きたら。
息してないかとみんな心配してる。
どうして。
酸素吸収が少ない。
深呼吸して。
私はいたって平気なのだ。

抗がん剤投入後のしばらくはこうなることがわかってきた。

私の特殊性らしい。

看護師さんたちはこういうお母さんの顔も持っている。

私は、ここに書けないが、ガンについてかなりの知識を得た。もちろん先生からの指示を熱心に聞いているのだが、毎日昼間と夜で担当看護師が異なるのだが、みんなは、私に、多くのことを教えようとする。

自分がわからなかったら治らない。

看護師達はこう言う。

私はみんなに守られている。こんな経験ははじめてである。

私の道のりは長いのだろう

私は、２０１７年６月15日に２回目の一時退院で帰ってきてこれを書いている。

今日中には、ロマンサーに公開して、フェイスブックとツイッターで報告したい。

私の道のりは長いだろう。

私が諦めたらそこで終わるだろう。

私は食欲が凄くなっている。

意思でやっているわけではなくてホントに腹が減ってしまうのだ。

いっぱい食べていっぱい歩いている限り私は負けないだろうと確信している。

『２０１７年５月にガン患者になった』

２０１７年

げんじあきら

『ガンになったことがない』を読んでいただきたい

２０１７年５月ガン患者になった

著者　　　　げんじあきら